

Новосёлова Валерия Олеговна

КМС по плаванию

Преподаватель ФК РТК



Быть спортсменом – это не только медали и почести, это каждодневный тяжелый труд. Это не только победы, но и поражения, строгий режим, постоянное преодоление своей лени, боли и страхов. Не каждый спортсмен выдерживает такой ритм жизни для достижения высоких результатов. Что уж говорить не о профессионалах, а обычных людях, стремящихся вести здоровый образ жизни. Им и вовсе тяжело справиться с многочисленными испытаниями, стоящим на пути к спортивным успехам, например, к завоеванию призовых мест в спортивных состязаниях в рамках студенческой жизни.

В моей спортивной карьере были и победы, и поражения. В итоге, достигнув определенных результатов, я оставила спорт высших достижений, сконцентрировав внимание именно на физической культуре, как средстве укрепления здоровья. Высшее образование я получила в Сибирском Государственном Университете Физической культуры и Спорта, выбрав факультет «Рекреации и реабилитации». На пятом курсе университета я устроилась на работу иппотерапевтом. Это крайне тяжёлое, но и настолько же интересное направление физической реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья потому, что в процесс вовлечены большие и сильные животные – лошади. Не вдаваясь в подробности, иппотерапия – это занятие физическими упражнениями верхом на лошади. За полтора года работы в этой области я получила колоссальный опыт не только в работе с детьми с ОВЗ, но и в общении и уходе за главным помощником иппотерапевта – лошадью.

После получения диплома меня пригласили работать в университет преподавателем физической культуры. Данное направление увлекло меня больше, чем я ожидала, поэтому я решила посвятить свою профессиональную карьеру именно преподаванию. Переехав в Санкт-Петербург, я устроилась в «Радиотехнический колледж», решив не сворачивать с намеченного пути.

С этого момента этого рассказа я бы хотела вставить цитаты своих студентов, ведь ничто так не описывает успех преподавателя как успех его подопечного. И вовсе не важно был ли этот успех спортивным или совсем иного характера.

«Моя педагог-наставник, Валерия Олеговна, не просто тренер, а гуру водных элементов, её навыки обучения восхищают. Ее золотые руки не только направляют, но и создают гармонию движений в бассейне. Забота, которую она проявляет к каждому спортсмену, является ключом к ее выдающемуся тренерскому мастерству. Вера в наши возможности не просто мотивирует – она меняет наше восприятие о собственных способностях. Терпение Валерии Олеговны не имеет границ, и она способна превратить даже самого неуверенного спортсмена в победителя.»

Мария С., студентка РТК

«Уроки физической культуры в школе проходили не интересно, однотипно, с бесконечными сдачами нормативов и бегом на скорость, который мне не по душе. Нам толком не рассказывали для чего необходимы регулярные физические нагрузки. Желания посещать уроки физкультуры не было.

Поступив в «Радиотехнический колледж», я был удивлён, что к физкультуре отношение кардинально другое. Каждый урок нам рассказывали, как правильно разминать и укреплять определённые группы мышц, после мы практиковались и проводили разминку самостоятельно, под присмотром преподавателя, участвовали в соревнованиях, занимая призовые места.

Такой подход повлиял на меня и каждого студента в моей группе. Мы с нетерпением ждали следующего занятия и жалели, что выделено всего несколько уроков в неделю. Спорт вдохновил меня вновь на новые достижения, учиться стало легче, да и настроение всегда приподнятое.

Сейчас, находясь на практике, постоянно сидя за монтажным столом, чувствуется дефицит движения. Поэтому я делаю небольшие перерывы на разминку, применяя те упражнения, которым меня научили на уроках физической культуры. Рекомендую каждому!»

Николай К., выпускник РТК

«Когда я был студентом, то всегда с большим уважением относился к преподавателю физической культуры. Её советы не только помогали мне в спортивных достижениях, но и оказались полезными в повседневной жизни.

Сегодня я хочу поделиться своим опытом и рассказать о том, как эти советы изменили мою жизнь.

На протяжении всех лет учебы преподаватель физкультуры всегда говорила нам о важности дисциплины, целеустремленности и самоконтроля. Эти слова стали для меня девизом, который я применял не только на занятиях, но и в повседневной жизни.

Однажды, когда я столкнулся с трудностью в учебе, я вспомнил один из советов преподавателя. Она говорила о том, что нужно разбивать большие задачи на маленькие шаги и постепенно их выполнять. Я решил применить этот совет и разбил свою сложную задачу на несколько маленьких шагов. Благодаря этому, я смог успешно справиться с трудностями и достичь своей цели.»

Иван В., студент РТК

«Валерия Олеговна учила нас не только технике выполнения упражнений, но и умению преодолевать трудности, ставить цели и достигать их. Она всегда подчеркивала важность дисциплины, упорства и целеустремленности. Именно эти качества помогли ей самой достичь успеха в спорте.

Один из ее советов, который запомнился мне, был о том, чтобы не бояться трудностей и всегда искать возможности для развития. Когда я столкнулся с проблемой в учебе, я вспомнил этот совет и решил, что не буду сдаваться, а буду искать решение. И действительно, благодаря этому подходу, мне удалось успешно справиться с трудной задачей и добиться успеха.»

Максим Т., студент РТК

Успехи студентов вдохновляют идти вперед и развиваться как педагог, а их уважение и теплые слова недвусмысленно дают понять, что я выбрала верное направление.